

# 食育ニュース

1月9日(木)

こんだて  
お正月献立

皿なし

しらたま  
白玉おしるこ

ぎゅうにゅう  
牛乳

副菜皿

深皿

ななくさ  
七草うどん

ぶたにく いも に  
豚肉とじゃが芋のうま煮

あけましておめでとうございます。新年初めの給食は、7日の七草と、

11日の鏡開きにちなみ、「七草うどん」と「白玉おしるこ」です。七草は

日本の五つの伝統行事「**五節句**」のうち、「**人日の節句**」と呼ばれる行事

です。1月7日の朝に「七草がゆ」を食べ、一年の**豊作と無病息災**を願います。

また、1月11日は鏡開きです。お正月の間、神様にお供えていた**鏡餅**を

割って開き、**雑煮やお汁粉**として食べ、**ご利益**をいただく行事です。自宅に鏡餅

を飾っている人は、ぜひ明後日鏡開きをしてみましょう。

## 給食室の様子



かぶ、せり、大根などを加えてか  
け汁を作りました。

中心温度を測っ  
ています。

